

УДК 796.37.037

**І. Салук**

(Тернопільський державний технічний університет імені Івана Пулюя)

## **ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ РІЗНИХ ДІАГНОСТИЧНИХ СИСТЕМ**

Здоров'я – найбільш велика соціальна цінність, а добре здоров'я – основна умова для виконання людиною його біологічних і соціальних функцій, фундамент самореалізації особистості.

Існує три типи діагностичних моделей фізичного здоров'я: нозологічна діагностика, донозологічна діагностика, діагностика здоров'я за прямими показниками. Спеціалістів галузі фізичної культури і спорту для вимірювання кількості здоров'я та його корекції засобами фізичної культури та особисто підібраними режимами рухової активності повинно інтересувати перш за все донозологічна діагностика та діагностика здоров'я за прямими показниками.

Серед багатой кількості наукових публікацій про методи виявлення рівня здоров'я, заслуговують уваги фундаментальні дослідження професора Г.Л. Апанасенка, які показали плідність методології енергетичної концепції оцінки рівня соматичного здоров'я індивідуума. Автором цієї концепції була розроблена система експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я, яка основана на інтерпретації мінімуму валідних показників, отримання яких не потребує кошовної апаратури.

Очевидно, що вдосконалення фізичного виховання у вищих навчальних закладах тіснішим чином пов'язано з вирішенням медичних аспектів здоров'я студентів. Мова йдеться, перш за все, про діагностику стану здоров'я і в відповідності з цим обґрунтованому розподіленню на медичні групи для занять фізичним вихованням.

**Мета** – вивчення фізичного здоров'я студентів за різними діагностичними системами з метою розробки навчальних програм для студентів з різним рівнем соматичного здоров'я.

**Методи, організація досліджень.** Для визначення рівнів соматичного здоров'я за експрес-методикою Г.Л.Апанасенка застосовуємо діагностичну комп'ютерну програму "Здоров'я" (А.с./ І.А.Салук – № 18453; Заявл. 31.10.2006)

Дослідження проводились зі студентами денної форми навчання основних медичних груп першого курсу ТДТУ ім. Івана Пулюя. Всього у дослідженні прийняло участь 85 осіб (58 юнаків, 27 дівчат) віком 17-18 років.

**Результати досліджень.** В результаті визначення рівня соматичного здоров'я, виявилось, що найбільша кількість дівчат має низький рівень фізичного здоров'я (12 осіб, що складає 47 %). Нижчий за середній спостерігаємо у 10 осіб (34 %), та середній – 5 осіб (19%). Юнаків з низьким рівнем фізичного здоров'я є 22 особи, що відповідає 39 % від загальної кількості, з нижчим за середній – 20 осіб (34 %), та з середнім – 16 осіб (19 %). Студентів з вищим за середній та високим рівнями соматичного здоров'я не має як серед дівчат, так і серед юнаків.

**Висновки.** Отримані результати досліджень підтверджують дані про незадовільний стан здоров'я серед студентської молоді, а також наявність неоднорідності контингенту однієї вікової групи.

Таким чином, виникає необхідність у розробленні та впровадженні нових програм у навчально-виховний процес, за допомогою яких можна було б покращити функціональний стан організму студентів, а значить і рівень фізичного здоров'я.